PARTEA A PATRA

„CEREȚI ȘI VI SE VA DA”

„Când te rogi pentru tine cu multă simțire a păcătoșeniei tale, atunci și un «Doamne miluiește» să spui pentru ceilalți, acest «Doamne miluiește» are mare putere”.

CAPITOLUL 1

Rugăciunea pentru noi înșine

Să cerem mila lui Dumnezeu pentru noi înșine și pentru ceilalți

– Gheronda, când mă rog pentru cineva și simt umilință, atunci încetez să mă mai rog pentru acea persoană și fac rugăciune numai pentru mine.

– De ce? Acela nu are nevoie de rugăciune?

– Are, Gheronda, dar mă gândesc că în acel moment este mai bine să fac rugăciune pentru mine, pentru că nu știu când voi mai simți iarăși umilință.

– Bine, tu să huzurești, iar despre celălalt să spui: „Nu-mi pasă"? Cel puțin să spui: *„Miluiește-ne pe noi"*. Înlăuntrul lui *„pe noi"* sunt cuprins și eu și toți ceilalți. Eu spun: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-ne pe noi. Miluiește-ne pe toți și pe mine, dobitocul".

Mult ajută să împărțim rugăciunea noastră în trei părți: o parte pentru noi înșine, una pentru cei vii și una pentru cei adormiți. Cu toate că în felul acesta tot pentru noi facem mai multă rugăciune, pentru

că eu sunt unul singur, iar cei vii și cei adormiți sunt nenumărați.

– Gheronda, simt că nu-mi va ajunge întreaga viață ca să cer mila lui Dumnezeu.

– Te va milui Dumnezeu. Numai să te rogi simplu și neîncetat, cerând cu smerenie mila Lui pentru tine și pentru toți oamenii. Când cerem mila lui Dumnezeu și ne nevoim fără egoism, cu smerenie, cu mărinimie, Dumnezeu ne va da atât nouă, cât și celorlalți tot ceea ce avem nevoie.

– Gheronda, nu cumva trebuie să mai cer și altceva în afară de mila lui Dumnezeu?

– Înăuntrul milei lui Dumnezeu se cuprind toate. Dar dacă îți trebuie ceva concret, poți să ceri de la Dumnezeu.

– Gheronda, Sfântul Vasilie cel Mare spune: „În rugăciunea ta, după doxologia pe care o vei face, să ceri numai Împărăția lui Dumnezeu”[1]. La ce se referă?

– Se referă la faptul că mai întâi trebuie să căutăm Împărăția lui Dumnezeu și după aceasta toate celelalte *„se vor adăuga vouă”*[2], așa cum a spus Hristos. Nu să cerem una și alta și să uităm menirea noastră.

– Gheronda, Sfânta Scriptură spune să ne rugăm pentru orice[3] trebuință. Sfinții Părinți însă evitau să se roage pentru problemele lor personale. Eu cum să mă rog?

– Să te rogi pentru orice nevoie pe care o are sufletul tău și să dai mai puțină importanță nevoilor trupului. Și în *„Tatăl nostru”*, când spunem: *„Pâinea noastră cea de toate zilele dă-ne-o nouă astăzi”*[4], nu cerem

---

[1] Locul nu a fost identificat.

[2] Vezi *Matei* 6, 33.

[3] Cf. *Matei* 21, 22.

[4] *Matei* 6, 11.

numai hrana materială, ci tot ceea ce ne trebuie ca să trăim duhovnicește, așa cum vrea Dumnezeu.

Odată, pe când eram la Coliba Cinstitei Cruci, părinții de la mănăstire, în loc să-mi aducă puțin vin, pe care îl așteptam ca medicament pentru problema pe care o aveam la intestine, mi-au adus, din greșeală, o sticlă de oțet. Nu am spus nimic, pentru că m-am gândit că așa a voit Dumnezeu. Trecuseră vreo patruzeci de zile și cu apa de ploaie pe care o beam, situația mea se agravase. Într-o zi am suferit mult. Ardeam de sete, dar mă temeam să beau, deoarece cu o zi înainte mă mai întremasem puțin după ce am băut, însă apoi m-am chinuit toată noaptea. La un moment dat, când am intrat în bisericuță ca să aprind candelele, am văzut o sticlă de vin în fața catapetesmei, sub icoana Maicii Domnului. Sticla era a mea – am recunoscut-o –, dar cum de era plină? Nu venise nimeni la mine în acele zile, iar eu intrasem de nenumărate ori în bisericuță și nu văzusem nimic înaintea catapetesmei. Era vin acrișor, medicament, exact așa cum îmi trebuia. În aceeași zi mi-au adus și de la mănăstire o sticlă mare de vin.

– Gheronda, dacă voi cere ceva de la Dumnezeu cu toată inima, oare îmi va da?

– Dacă îți este de folos, îți va da. Iar dacă nu-ți este de folos, cum să-ți dea? Ai văzut ce au pătimit evreii când au insistat ca Dumnezeu să le dea rege, deși îi înștiințase că încă nu erau pregătiți pentru aceasta[5]? Și a devenit rege mândrul Saul, care le-a pus biruri grele și i-a chinuit[6].

De multe ori credem că ceea ce cerem de la Dumnezeu este bun, însă nu este așa. Dumnezeu însă, Care

---

[5] Vezi *I Regi* 8, 4-22.

[6] Vezi *I Regi* 14, 24-31 și 22, 16-21.

din fire este bun, știe ce îi trebuie fiecăruia. De aceea să spunem: „Dumnezeul meu, gândul îmi spune că aceasta mă va ajuta, însă Tu cunoști mai bine ce este de folos pentru sufletul meu. *«Facă-se voia Ta»*”[7]. Prin urmare, când spunem cu toată inima noastră: *„Facă-se voia Ta”*, se va face voia lui Dumnezeu, care, în cele din urmă, va fi spre folosul sufletului nostru.

Rugăciune pentru nevoința noastră duhovnicească

– Gheronda, Sfântul Isaac Sirul scrie: *„Cum ceri să-L iubești pe Dumnezeu, de vreme ce nu te-ai curățat de patimi?”*[8]. Este cumva obrăznicie ca cineva să nu se fi curățat de patimi și să dorească să-L iubească pe Dumnezeu?

– Nu. De ce să fie obrăznicie? Se nevoiește cineva să se curețe de patimi și în același timp vrea și să-L iubească pe Dumnezeu. Amândouă se săvârșesc paralel. Dacă însă cineva nesocotește grija de patimile sale și cere în rugăciune să-L iubească pe Dumnezeu, unul ca acesta are obrăznicie.

– Gheronda, am citit undeva că dăruirea în rugăciune este pe măsura credinței și a căldurii inimii[9].

– Tu ce ceri de la Dumnezeu?

– Gheronda, cer să mă slobozească de asprime și să-mi înmoaie inima atunci când mă rog.

– *„Cereți și vi se va da”*[10], a spus Hristos. Dacă ceea ce ceri este un lucru bun și folositor, îl vei primi. Dacă

---

[7] *Matei* 7, 10.

[8] Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte Ascetice,* Epistola 4.

[9] Locul nu a fost identificat.

[10] Vezi *Matei* 7, 7; *Luca* 11, 9.

ceri de la Dumnezeu putere, pentru ca să te rogi să ți se ierte păcatele și să-i ajuți pe ceilalți, acesta este un lucru bun și ți-l va da. Dacă însă ceri să ți se dea harisma rugăciunii pentru a simți plăcere, bucurie în rugăciune, atunci cum să-ți dea așa ceva?

– Gheronda, uneori mă rog ca Dumnezeu să-mi dea dumnezeiasca luminare. Este corectă această cerere a mea?

– Mai întâi să te străduiești tu să o dobândești și numai după aceea să ceri de la Dumnezeu dumnezeiasca luminare, pentru că Dumnezeu vrea mai întâi străduința noastră și numai după aceea ne dă ceea ce-I cerem. Să cugeți, să te rogi, să iei aminte și să acționezi cu înțelepciune; și numai după ce vei face așa va veni dumnezeiasca luminare. Să presupunem că te întreabă cineva despre o problemă. Tu să nu te grăbești să răspunzi, ci să ceri lui Dumnezeu să te lumineze: „Dumnezeul meu, să zici, luminează-mă să spun ceea ce trebuie". Și Dumnezeu îți va da cuvânt, potrivit cu împrejurarea. Răspunsul grăbit este al minții, în timp ce răspunsul ce trece prin rugăciune este al lui Dumnezeu.

– Gheronda, lipsa trezviei mă face să-mi fie frică să cer de la Dumnezeu să mă ajute într-o anumită străduință a mea, pentru că văd că nu pun în valoare prilejurile pe care mi le dă.

– Să ceri ajutorul lui Dumnezeu și, în același timp, să-L rogi să-ți dea și trezvie, ca să poți pune în valoare prilejurile pe care ți le va da.

– Gheronda, este corect să-L rugăm pe Dumnezeu să ne ajute să ajungem în Rai?

– Eu nu-L rog pe Dumnezeu să ajung în Rai, ci Îl rog să mă ajute ca să nu-L mâhnesc cu purtarea mea. Dar dacă voi ajunge în iad, asta nu înseamnă că-L

voi mâhni pe Dumnezeu? Prin urmare, nici în iad nu voi ajunge, de vreme ce-L rog să mă ajute să nu-L mâhnesc.

Rugăciunea în boală

– Gheronda, în ultima vreme am probleme cu inima și mă tem să nu pățesc ceva.

– Nu te teme. Toți trebuie să avem ceva, pentru că dacă avem ceva, atunci stăm la picioarele lui Hristos și-L rugăm ca să ne ajute.

– Gheronda, vă rog, rugați-vă pentru mine ca să mă fac bine.

– Nu-ți este de folos ca să faci rugăciune pentru aceasta. Dacă faci răbdare cu credință în Dumnezeu, vei primi pensie de la Serviciul de Asigurări al lui Dumnezeu, care este mai mare decât OAA[11]. Am citit undeva că un bolnav îl ruga pe Sfântul Panteleimon să-l facă bine, însă Sfântul nu-l vindeca. Acela însă a continuat să-l roage. În cele din urmă s-a vindecat. Dar când a murit și a mers în cealaltă viață, a văzut că, din pricină că se vindecase, a pierdut multe cununi. Atunci i-a spus Sfântului Panteleimon: „De ce m-ai vindecat, dacă ai știut că voi pierde cununile?".

– Gheronda, în ceea ce privește sănătatea, până în ce punct trebuie să mă las în mâinile lui Dumnezeu?

– Mai întâi să te încredințezi lui Dumnezeu și apoi să te încredințezi omului, medicului.

– Gheronda, cum trebuie să înfruntăm însă o boală grea?

– Înainte de a ne încredința medicilor, să premeargă rugăciunea, privegherea, ca să ajute Dumnezeu și

[11] Organizația Asigurărilor Agricole.

să-i lumineze pe medici. Puneți și puțin untdelemn din candela Sfântului Arsenie, beți puțină agheasmă, citiți și vreun psalm.

– Gheronda, din pricina bolii nu-mi pot îndeplini îndatoririle mele duhovnicești și din această pricină mă mâhnesc.

– Acum, când ești bolnavă, să nu faci nimic, nici *„Doamne Iisuse”*, nici metanii, ci numai să spui *„Slavă Ție, Dumnezeule!”*, și aceasta este de-ajuns[12].

– Gheronda, acum, când sunt bolnavă și sufăr, nu mă pot aduna în rugăciune.

– În acest caz rugăciunea se face și cu osteneală și cu durere; se face și cu nevoință și de aceea este auzită mai repede decât rugăciunea pe care o faci atunci când ești sănătoasă.

Să iubim puțin și durerea. Boala este o mare binecuvântare pentru om. Când omul conștientizează aceasta, o primește cu bucurie și cântă cu bucurie: *„Binecuvânta-voi pe Domnul în toată vremea”*[13]. Îmi aduc aminte de bătrânul Gavriil de la Karulia, care avea niște dureri de nesuportat... Iar când îl cuprindeau durerile, începea să cânte. Stătea mereu întins jos. Adeseori spunea: „Unii îmi spun: «Cruce, Cruce!», dar cuie nu am. Ce fel de cruce este aceasta fără cuie?”.

– Câtă vreme a ținut asta?

– Destulă vreme, vreo doi ani. Era singur cu desăvârșire. Și să vedeți, în partea de jos a chiliei sale se făcuse o crăpătură. Iarna intra pe acolo un curent prospețel... Dar acela, în mijlocul durerilor și al frigului, psalmodia și slavoslovea pe Dumnezeu.

---

[12] Starețul se adresează unei monahii foarte bolnave, dar cu multă mărime de suflet.

[13] *Psalmul* 33, 2.

În boală psalmodia este medicament. Și grav bolnav să fie cineva și să sufere mult, când aude o psalmodie, îl mai lasă puțin durerea. Dacă va putea și el însuși să psalmodieze puțin, atunci chiar se va distra. Iată, eu în noaptea aceasta am suferit mult, dar am cântat la diapazon. Tot curajul pe care l-am avut, l-am dat acolo. Și știi câtă putere mi-a dat această psalmodie[14]?

[14] Starețul a spus aceasta la 11 iunie 1994, cu o lună înainte de adormirea sa.

CAPITOLUL 2

Rugăciunea pentru ceilalți

Rugăciunea pentru lume cu simțirea păcătoșeniei noastre

– Gheronda, uneori, când văd cât de mult suferă lumea, nu pot face rugăciune pentru mine însămi.

– Rugăciunea pentru noi înșine nu o facem numai pentru noi înșine, ci este absolut necesară ca o pregătire, pentru a putea sta înaintea lui Dumnezeu cu îmbrăcăminte cuviincioasă. Pentru a putea vedea durerea celorlalți, este nevoie să fii oarecum în regulă tu însăți. Iar când te rogi pentru tine cu multă simțire a păcătoșeniei tale, atunci și un *„Doamne miluiește"* să rostești pentru ceilalți, acest *„Doamne miluiește"* are mare putere, pentru că are multă smerenie. Iar smerenia atrage marea milă a lui Dumnezeu.

– Gheronda, eu simt nevoia să fac multă rugăciune pentru mine însămi, dar îi uit pe ceilalți.

– Ascultă, ca să ne dezbrăcăm de omul cel vechi, trebuie să facem rugăciune pentru noi înșine. Însă când se înmulțește dumnezeiasca dragoste, atunci omul uită de sine și se roagă pentru ceilalți. Tu, după ce faci mai întâi puțină rugăciune pentru tine, să-ți aduci aminte apoi de lumea cea chinuită, în general, de cei care s-au depărtat de Dumnezeu și de cei adormiți care nu au valorificat anii dăruiți lor de Dumnezeu, ca să se apropie de El, iar acum se căiesc – fără folos –, și să rostești rugăciunea: *„Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-ne pe noi”*. Astfel te cuprinzi în rugăciune și pe tine însăți și pe toți cei care ți-au cerut să te rogi pentru ei, dar și pe toată lumea.

– Gheronda, mă preocupă durerea oamenilor, dar nu am îndrăznire ca să cer de la Dumnezeu să-i ajute. Iar gândul îmi spune: „Cum să te audă Dumnezeu, când tu ești așa de ticăloasă?”

– Nu-l asculta pe tangalachi care te prinde cu ispita de-a dreapta și te aruncă în deznădejde. Ci să spui: „Dumnezeul meu, sunt o ticăloasă, dar auzi-mă, pentru că din pricina mea sunt nedreptățiți ceilalți”. Odată, pe când era mare secetă, un monah[15] din Sfântul Munte se ruga astfel: „Dumnezeul meu, Te rog, trimite puțină ploaie! Nu pentru noi, căci noi suntem călugări și am făgăduit să facem asceză. Fie-Ți milă de sărmana lume care suferă și care, cu toată suferința ei, ne dă și nouă din puținul ei. Dacă aș fi într-o stare duhovnicească bună, m-ai asculta și lumea nu ar suferi. Știu, sunt foarte păcătos, dar nu este o nedreptate să sufere lumea din pricina mea? Ajută-i! Ei nu au vreme să facă rugăciune, ci fac eu puțină rugăciune pentru ei”. Într-un ceas, un ceas și jumătate ploaia a cuprins toată Macedonia, Thesalia și Sfântul Munte.

---

[15] Este vorba de însuși Starețul Paisie.

– Gheronda, când fac rugăciune pentru lume, gândul îmi spune că Dumnezeu se scârbește de mine, pentru că am lăsat mortul meu și merg să-i îngrop pe morții altora[16].

– Pe mortul tău nu l-ai îngropat atunci când ai devenit monahie? Să spui: „Dumnezeul meu, cum să mă asculți pe mine, nevrednica roaba Ta? Dar nu este păcat că lumea are atâtea probleme și suferă? Te rog, ajut-o!". Când omul se roagă pentru aproapele său cu dragoste și cu smerenie și se nevoiește, având simțirea păcătoșeniei sale, Dumnezeu nu se scârbește de el, ci îl ajută și pe el și pe ceilalți. Dumnezeu se scârbește de cel care se consideră pe sine sfânt și se roagă pentru ceilalți, pe care îi consideră păcătoși.

Să faci din durerea celorlalți durerea ta

– Gheronda, ați spus că vom face un atelier de rugăciune. Când va fi aceasta?

– De voi depinde... Voi vedea data viitoare la ce stare duhovnicească ați ajuns și, în funcție de aceasta, vom face un atelier duhovnicesc de rugăciune. Dacă rugăciunea se va face cu durere, știți ce putere va avea? Vă veți ruga pentru problemele lumii și toți oamenii care în acea vreme vor cere ajutor de la Dumnezeu și se vor afla pe aceeași frecvență, vor primi ajutorul Său. Eu simt sufletele care se roagă; simt rugăciunea lor ca niște valuri-valuri de putere. De multe ori îmi dau seama și de ceasul în care un bolnav a făcut rugăciune și s-a folosit.

---

[16] Cf. *Matei* 8, 22 și *Luca* 9, 60. *„Lasă-i pe morți să-și îngroape pe morții lor".*

– Gheronda, sufletele pentru care vă rugați simt aceasta?

– Da, simt că le „pricinuiesc cutremur", sunt mișcate sufletește. Când se face rugăciune cu durere, chiar și oamenii necunoscuți sunt înștiințați lăuntric.

– Gheronda, când este mai bine-primită de Dumnezeu rugăciunea noastră făcută pentru ceilalți?

– Când o simțim. Și o simțim atunci când ne punem pe noi înșine în locul celorlalți. Dacă ne punem în locul bolnavilor sau al celor adormiți, asta ne va ajuta să ne rugăm cu durere. Durerea coboară în inimă și atunci rugăciunea noastră se face din inimă.

– Gheronda, nu mă pot ruga atunci când mă copleșesc gândurile.

– De ce te gândești doar la tine, bunul meu copil, și nu te gândești puțin și la lumea care suferă? Știi câte familii s-au distrus, câți copii nenorociți sunt, fără nici o milă, părăsiți pe drumuri sau în așezăminte sociale? Câți nu strigă în această clipă: „Ajutor! Ajutor!" și nu există nimeni lângă ei ca să-i ajute? Câți nu se înecă în largul mării, câți nu se sinucid, câți nu suferă? Atâția oameni au nevoie de rugăciunile monahilor, iar noi să ne pierdem timpul, care este atât de prețios, cu gânduri bandajate sau cu mofturi copilărești și să nu ne facem nici măcar îndatoririle duhovnicești așa cum trebuie? Caută să ieși din sine și să faci din durerea celorlalți durerea ta. În felul acesta vei afla și pacea, vei primi și plată de la Dumnezeu, și îi vei putea ajuta și pe alții.

Într-o noapte, pe când eram la Mănăstirea Filotheu, care pe atunci era idioritmică, în timp ce făceam priveghere în chilia mea, mi-am dat seama că cineva, care avea nevoie de ajutor, a venit la poarta mănăstirii. Era un om chinuit, care avea și demon.

Poarta mănăstiri se închidea odată cu apusul soarelui și se deschidea a doua zi dimineața. „Ce să fac acum?", mi-am spus. „Dacă aș putea să-i dau ceva să mănânce... Cum să aștepte flămând până dimineața?". Atunci mi-a venit un gând. M-am dus și am luat câteva alimente[17], le-am pus într-un coșuleț, pe care l-am legat cu o frânghie, și l-am coborât pe fereastra de la chilia mea, care dădea înspre exteriorul mănăstirii. Starea lui era atât de gravă, încât nu mă puteam liniști. Toată noaptea m-am rugat cu durere, spunând: „Dumnezeul meu, eu atât am putut face. Nu sunt vrednic să Te rog să ajuți făptura Ta, dar oare nu este păcat să se chinuiască din pricina mea?". Dimineața, când s-a deschis poarta și acel om a intrat înăuntru, am văzut că se făcuse bine. S-a închinat în biserică și a slăvit pe Dumnezeu. Bunului Dumnezeu I S-a făcut milă de el și l-a slobozit de diavol.

– Gheronda, când se roagă cineva pentru un om îndurerat, mintea merge la Hristos sau la durerea omului?

– Nu cere ajutor de la Hristos? Pornește de la durerea omului, dar se întoarce la Hristos.

– Când inima mi se împietrește, Gheronda, îmi aduc aminte de diferitele greutăți prin care am trecut și cer de la Dumnezeu să-i ajute pe toți cei ce trec prin probleme asemănătoare.

– Este bine aceasta. Așa să faci, de vreme ce astfel îl înțelegi mai bine pe celălalt și suferi împreună cu el. Să spui: „Dumnezeul meu, așa cum mie mi-ai făcut atât de mult bine, tot astfel ajută-l și pe fratele meu, care este mai bun decât mine".

---

[17] În Sfânta Mănăstire Filotheu Starețul, pentru o vreme, a fost *dohiar*, adică responsabil cu primirea, depozitarea și împărțirea alimentelor.

– Gheronda, este bine ca, atunci când mă rog pentru mântuirea unui suflet, să Îl rog pe Dumnezeu să nu îngăduie să i se întâmple ceva rău?

– Ba da, binecuvântato, și aceasta vine tot din durere. Dumnezeu este mișcat când, cel care se roagă, are înlăuntrul lui dragoste pentru aproapele, însă în cele din urmă Dumnezeu face ceea ce este de folos sufletului.

Rugăciunea pentru cazuri concrete și pentru toată lumea

– Gheronda, mă mâhnesc când văd că se sfârșește slujba, iar eu nu m-am putut ruga din pricina moleșelii.

– Ca să alungi moleșeala, să te gândești la ceva care să-ți stârnească interesul duhovnicesc.

– Dar există oare, Gheronda, vreun interes mai mare decât cel pentru durerea lumii?

– Da, dar nu te ajută dacă te gândești la durerea lumii în general și nedefinit. Să te gândești la cazuri concrete de oameni care au mare nevoie, așa încât să te doară și astfel rugăciunea ta să se facă din inimă. Gândește-te la un caz pentru care te doare mai mult, apoi îndreaptă-ți atenția și spre alte cazuri. Să spunem că într-un război sunt mulți răniți. Bine este să-i poți simți pe toți, chiar și fără să-i vezi. Iar dacă nu poți să-i simți fără să-i vezi, mult mai mult te va ajuta când îl vei vedea pe unul care și-a tăiat puțin degetul. Atunci să-ți spui: „Închipuiește-ți ca acest sărman să fie mutilat; să i se fi tăiat mâinile sau picioarele! Și câți oameni nenorociți nu sunt cu mâinile sau cu picioarele tăiate!”. Pentru că una este să afle cineva că a deraiat un tren și alta să vadă înaintea ochilor un întreg tren deraiat și

o mulțime de victime. Când te rogi pentru o anumită problemă care te doare, te ajuți și tu însuți, îl ajuți și pe aproapele tău.

– Gheronda, când sună clopoțelul în vremea Proscomidiei[18], menționez cazuri generale, de pildă, văduve, orfani, părăsiți, dar nu le pomenesc numele. Este bine?

– Și eu fac la fel. Dar să te rogi cu durere. Iar preotul nu e de ajuns să scoată părticele la Proscomidie și să citească numele formal, ci trebuie să se roage pentru fiecare cu durere. Făcând așa, va vedea minuni. Odată au dus un demonizat la un preot și l-au rugat să săvârșească Dumnezeiasca Liturghie. Când a fost să-l pomenească la Proscomidie, înainte de a scoate părticică pentru el, preotul a spus cu multă durere: „Doamne, vezi cât de mult suferă făptura Ta. Slobozește-o de înrâurirea demonului. *«Pomenește, Doamne, pe robul Tău...»*". Atunci demonul nu a mai putut suferi și a ieșit.

– Gheronda, ajută mai mult să se roage cineva pentru o singură problemă mai multă vreme sau să treacă de la o problemă la alta și în felul acesta să simtă durerea întregii lumi?

– De ce să se ocupe numai de o problemă? Să se ocupe de mai multe; de una, de alta, și tot așa, neîncetat. Iar după aceea să cugete în general la durerea lumii și să se roage. Felul acesta de a te ruga Îl mișcă pe Dumnezeu, pentru că are noblețe în el.

– Gheronda, ce să cerem în rugăciunea noastră pentru toată lumea?

– Să ne rugăm ca toți să dobândească Raiul. Hristos S-a jertfit ca să se mântuiască toți oamenii, și

---

[18] Potrivit tradiției athonite, preotul, înainte de a încheia Proscomidia, sună clopoțelul, iar credincioșii pomenesc în taină nume de creștini ortodocși vii și adormiți, în timp ce el scoate părticele pentru ei.

cei care sunt aproape de El și cei care sunt departe. Așadar, să ne rugăm ca toți să-L cunoască pe Dumnezeu, să-L iubească, să se facă plăcuți Lui și să se mântuiască; să ajungă toți în Rai. Cineva[19] spunea: „Dumnezeul meu, eu am trăit Raiul de aici, de pe pământ. Du-mă pe mine în iad, iar pe fratele meu bagă-l în Rai". Dar și în iad de va merge un astfel de om, cu marea lui dragoste, care îl va însoți și în iad, cred că va transforma acea mică bucățică de iad în Rai, deoarece acolo unde există dragoste, acolo este Hristos, iar acolo unde este Hristos, este Raiul.

Rugăciunea pentru cei care ne cer să ne rugăm

– Gheronda, când oamenii ne cer: „Fă rugăciune pentru copilul meu, care are examene" sau: „Fă rugăciune pentru cutare, care va face operație", este nevoie să întrebăm după aceea dacă a mers bine?

– De ce să întrebi dacă a mers bine? Ca să spui: „Slavă Ție, Dumnezeule, că a fost bună rugăciunea mea!"? Ți-ai făcut datoria? Te-ai rugat? Nu trebuie să mai faci altceva.

– Gheronda, cum vă rugați pentru numele care vi le dau creștinii să le pomeniți?

– Înainte de operație[20] citeam în picioare pomelnicele cu nume, făcând între timp și metanii. După ce am ieșit din spital, le citeam întins pe pat, întors într-o

[19] Este vorba de însuși Starețul.

[20] În februarie 1994 Starețul a fost supus unei intervenții chirurgicale pentru extirparea unei tumori maligne din intestinul gros.

parte. Și după ce mi-am revenit puțin, am început să le citesc iarăși în picioare.

– Gheronda, atunci când unii închinători ne dau nume ca să-i pomenim la Paraclis, dar nu știm pentru ce probleme, cum să ne rugăm?

– Să spuneți: *„Doamne, miluiește pe robii Tăi, ale căror probleme Tu le cunoști”.*

– Dar atunci când ne rugăm pentru persoane despre care nu știm dacă trăiesc sau au murit?

– Atunci să spuneți: *„Doamne Iisuse Hristoase, miluiește pe robii Tăi”.*

– Gheronda, câteodată uit să fac rugăciune pentru cei care îmi spun să mă rog pentru ei într-o anumită zi și pentru o anumită problemă.

– Să începi rugăciunea ta cu aceste persoane și să spui: *„Pomenește, Doamne, pe robii Tăi care ne-au poruncit nouă să ne rugăm pentru dânșii”*[21]. Să pomenești numele lor o dată, de două ori, după care să te rogi pentru toată lumea, spunând: *„Doamne Iisuse Hristoase, miluiește pe robii Tăi”.*

– Alteori, Gheronda, nu-mi mai amintesc numele oamenilor care mi-au cerut să mă rog pentru ei.

– Când nu-ți mai amintești numele care ți-au fost date, să pomenești diferitele cazuri în general: adică pe bolnavi, pe copiii care s-au rătăcit etc. La început să spui: „Dumnezeul meu, ajută-i mai întâi pe cei care au mai multă nevoie”, după care să continui cu *„miluiește pe robii Tăi”.*

– Gheronda, eu îmi notez numele oamenilor care cer rugăciune pentru diferite probleme: pentru sănătate, pentru luminare etc., dar numele se înmulțesc

---

[21] Cerere de dinainte de *„Pentru rugăciunile...”* de la apolisul Miezonopticii și al Pavecerniței.

mereu. Cât timp trebuie să le păztrez și să mă rog pentru acești oameni?

– Să faci mai întâi rugăciune pentru numele care ți-au fost date de curând, după care să spui: *„Doamne Iisuse Hristoase, miluiește pe robii Tăi și pe toată lumea Ta”,* ca să nu plece trenul cu puțini călători.

– Gheronda, când mi se cere să fac rugăciune pentru o problemă, câtă vreme trebuie să mă rog?

– Depinde de problema pe care o are acela, dar și de cât de mult te-a durut pe tine pentru el. Se poate să nu aibă o problemă gravă, dar fiindcă te-a durut pentru el, poți să te rogi și ani întregi. Este de-ajuns însă dacă faci chiar și numai un șirag de metanii.

– Adică, Gheronda, care va fi criteriul care să-mi arate că m-am rugat cât trebuie pentru o problemă?

– Să te rogi atât timp cât rugăciunea nu-ți devine o corvoadă. Iar cât privește cantitatea, depinde și de timpul pe care-l ai la dispoziție. Să știi însă că ceea ce are valoare nu este cât se roagă cineva, ci cum se roagă. Se poate ca cineva să acorde multă vreme rugăciunii și să creadă că se roagă, dar în realitate să nu se roage, deoarece nu se roagă cu durere. Iar altul poate că nu se roagă mult, însă rugăciunea lui are calitate, pentru că se roagă cu zdrobire și cu smerenie. Desigur, atunci când există și cantitate și calitate, atunci sufletul mărinimos primește Har îndoit și binecuvântare de la Dumnezeu.

– Gheronda, atunci când vin în mănăstire oameni cu multe probleme și-mi dau numele lor ca să fac rugăciune, mă doare pentru ei, însă, uneori, nu am timp suficient ca să mă rog pentru nevoile lor și mă chinuie gândul.

– Îți spune cineva durerea sa, iar tu îl asculți și oftezi adânc. Atunci, chiar dacă nu apuci să te rogi

pentru el, acest suspin are valoarea mai multor ceasuri de rugăciune; este o rugăciune din inimă și aduce rezultate pozitive. Sau citești numele care ți se dau și te mâhnești că nu ai vreme să faci ceva mai mult. Un suspin din inimă, care însoțește fiecare nume, este scris acolo sus, în Cer; se suie direct la tronul lui Dumnezeu.

Rugăciunea pentru bolnavi

– Gheronda, acum, când sunt bolnavă, ce lucrare duhovnicească să fac?

– Cât poți, să cânți încet sau să spui Rugăciunea lui Iisus și să ceri de la Dumnezeu sănătate pentru tine și pentru ceilalți oameni, pe care, acum, că ești bolnavă, îi înțelegi mai bine. Acum ai toate condițiile pentru rugăciune, chiar și durerea, care este condiția principală ca să te rogi cu durere pentru cei îndurerați și pentru ca rugăciunea ta să fie din inimă. Aceasta și este lucrarea principală a monahului. Dacă vei înțelege aceasta, nu te vei mâhni, ci te vei ruga neîncetat, mulțumind lui Dumnezeu.

– Gheronda, unii oameni trimit la diferite mănăstiri nume de bolnavi, ca să fie pomeniți.

– Este bine, însă nu ajunge numai atât. Trebuie să se roage și ei înșiși, dar să le spună și bolnavilor să facă rugăciune. Nu trebuie să-și odihnească gândul că au trimis numele lor la mănăstiri.

– De ceva vreme, Gheronda, îmi vine să-L rog pe Dumnezeu să-l ia pe fratele meu la El, căci se chinuiește din pricina infirmității lui.

– Nu-I propune tu soluții lui Dumnezeu. Încredințează-I Lui problema aceasta. Dumnezeu știe folosul

copilului Său și, ca un Părinte iubitor, va acționa ca atare.

– Gheronda, cum faceți rugăciune pentru un bolnav a cărui viață este în primejdie?

– Mă străduiesc să fac tot ceea ce pot cu rugăciunea și cu asceza, după care las totul în mâinile lui Dumnezeu, Care este din fire bun.

– Gheronda, de vreme ce Dumnezeu cunoaște ce îi este de folos fiecărui bolnav, de ce mai este nevoie ca noi să ne rugăm pentru bolnavi?

– Noi suntem datori să-L rugăm pe Dumnezeu și, dacă sănătatea sau prelungirea vieții este pentru mântuirea sufletului său, Bunul Dumnezeu îndată va ajuta. Dacă însă nu-L vom ruga, evoluția bolii va decurge firesc.

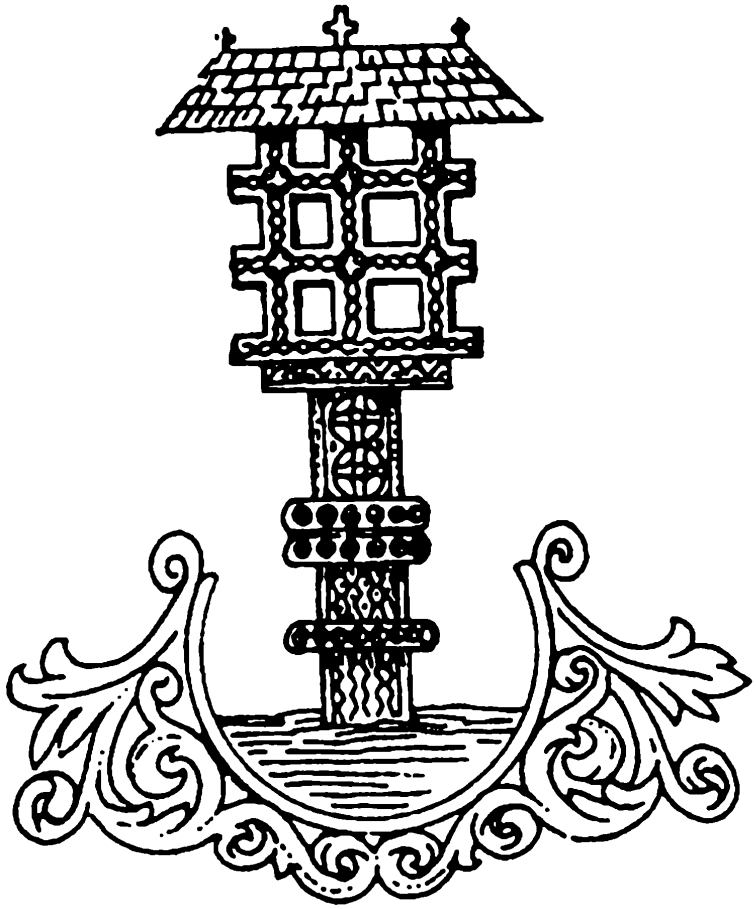
Rugăciunii cu durere îi urmează dumnezeiasca mângâiere

– Gheronda, când aud problemele lumii, simt că mă topesc de durere înlăuntrul meu. Oare aceasta înseamnă că am puțină credință?

– Ascultă. Neliniștea pentru noi înșine este puțină credință, iar neliniștea pentru aproapele este durere. Adevărata suferință pentru durerea celorlalți este însoțită de rugăciune și urmată de dumnezeiasca mângâiere. De aceea, să te rogi cât de mult poți, după care să le lași pe toate în mâinile lui Dumnezeu și să te liniștești. Oare Dumnezeu suferă mai puțin decât tine pentru făpturile Sale? De ce să te neliniștești?

Celui care suferă duhovnicește și îl doare pentru ceilalți, Dumnezeu îi dă multă mângâiere, pentru că altfel nu ar putea răbda. Știți cât mă amărăsc scrisorile

pe care le primesc de la oamenii care au o grămadă de probleme? Amărăciune, venin este în gura mea, după care nici nu mai vreau să mănânc. Însă din această durere iese adevărata bucurie. Dumnezeu răsplătește durerea cu o bucurie pe măsură; mângâie cu o astfel de mângâiere, pe care nu o poți purta. Deși mai înainte sufereai pentru altul și plângeai, acum simți o veselie nespusă. Ca și cum ți-ar fi spus Bunul Dumnezeu: „Nu te mâhni, fiul Meu, căci am auzit cererea ta".



CAPITOLUL 3

Rugăciunea pentru cei adormiți

„Mutatu-s-a de la moarte la viață”

– Gheronda, vă doare?

– Tu ce spui? Dacă nu voi apuca zorile, atunci voi avea o zi mare; nu va însera niciodată, nici nu se vor ivi zorile. Soarele țineți-l voi[22]!

– Gheronda, cum se simte cineva care i s-a apropiat vremea să plece din această viață și este aranjat duhovnicește?

– De unde să știu?

– Nu v-a spus nimeni niciodată?

– *„Mutatu-s-a de la moarte la viață”*[23]. Nu spune așa? Așadar, această viață este moarte și moartea este mutare către adevărata viață. Prin urmare, merge bucuros către viață.

---

[22] Starețul a spus aceasta la 28 iunie 1994, adică cu două săptămâni înainte de adormirea sa.

[23] *Ioan* 5, 24.

– Gheronda, mulți Sfinți au văzut unele suflete când au plecat din trup. Cum sunt?

– Sunt ca și copiii. În cealaltă viață toți vor fi ca Îngerii: nu vor exista nici bărbați, nici femei, nici bătrâni, nici prunci; toți vor fi de un singur sex și vor avea aceeași vârstă. De aceea, atunci când vede cineva suflete plecând din viață, le vede ca pe niște copii. Chipul are însușirile persoanei respective, dar sunt ca de copil.

Când eram la Chilia Cinstitei Cruci, îl cercetam uneori pe bătrânul Filaret[24]. Era un bătrânel foarte evlavios, care locuia la o chilie apropiată. Vreme de cincisprezece ani, până când el însuși s-a îmbolnăvit, l-a slujit pe ucenicul său, Părintele Vartolomeu, care suferea de parkinson. Ultima oară când am mers la chilia lui, l-am găsit căzut jos. Avea o lună de când nu mâncase nimic, ci bea numai puțină apă. Nici să se întindă nu putea. Dormea încălțat, rezemat de perete. Hainele i se lipiseră de trup, iar încălțămintea era plină de lichid, pentru că i se crăpaseră picioarele și îi curgea din ele sânge și apă. Însă el înfrunta toată această situație ca și cum nu s-ar întâmpla nimic. „Și acestea, spunea el, sunt binecuvântare de la Dumnezeu". L-am ridicat și l-am rugat pe Părintele Vartolomeu să-mi îngăduie să rămân o noapte la coliba lor ca să-i ajut, însă el nu a voit. Mi-a spus să vin la ei a doua zi. Însă la miezul nopții, în vreme ce mă rugam cu șiragul de metanii, ce să văd? Îl văd pe bătrânul Filaret cu chip luminos, având în jur de doisprezece ani, mergând spre Cer în mijlocul unei lumini cerești. Atunci mi-am dat seama că adormise în Domnul.

---

[24] Vezi Cuviosul Paisie Aghioritul, *Părinți Aghioriți,* Editura Evanghelismos, București 2004, p. 88-92.

– Gheronda, în primele patruzeci de zile trebuie să ne rugăm mai mult pentru cel care a adormit?

– Da, pentru că sufletul este neliniștit, fiindcă nu știe cum va fi judecat.

Odată am întâlnit aici afară, lângă arhondaric, o femeie în vârstă, care cerea să intre să ia binecuvântare de la mine. I-am sărutat și eu mâna, pentru că am văzut Harul lui Dumnezeu în acest suflet. După puțină vreme a devenit monahie. Când a adormit, moartă fiind, am sărutat-o cu multă evlavie. Apoi mi s-au întâmplat două lucruri. Unul aici, la mănăstire, iar celălalt la Coliba mea. Primul s-a petrecut la șapte zile după adormirea ei. Am văzut sufletul ei ca un îngeraș, care semăna cu o copiliță de doisprezece ani; strălucea cu totul. A doua oară mi s-a arătat în somn. Mi-a făcut metanie cu recunoștință și mi-a mulțumit pentru rugăciunea pe care am făcut-o pentru ea. Am fost foarte emoționat și mi-a pricinuit multă bucurie. Când am mers să notez data, am văzut că era a patruzecea zi de la adormirea ei. Acest suflet avea multă bunătate și are multă recunoștință.

Să ne rugăm mereu pentru cei adormiți

– Gheronda, la gropniță trebuie să ardă candelă?

– Da, este un prinos adus celor adormiți. Chiar și numai o lumânare dacă aprindem pentru sufletul unui adormit, îl ajută mult.

Mereu să ne aducem aminte de cei adormiți și să ne rugăm pentru ei. Să nu uităm să ne rugăm pentru sufletele lor, ca să afle odihnă. Eu, de fiecare dată când am Dumnezeiasca Liturghie la Colibă, fac și

parastas pentru toți morții ale căror *„nume nu au fost pomenite”*. În Sfântul Munte, la mănăstiri, vineri seara săvârșesc parastas cu colivă pentru cei adormiți, iar sâmbătă dimineața fac Utrenia în biserica cea mare, apoi Dumnezeiasca Liturghie la bisericuța cimitirului. Acolo, la cimitir depunem armele. De la această „casă” vom merge în cealaltă.

– Gheronda, cum să mă rog pentru cei adormiți?

– Să spui în general: *„Dumnezeule, odihnește sufletele adormiților robilor tăi”,* iar dacă-ți vine în minte vreun nume al unuia ce a adormit sau dacă afli că a murit de curând vreun cunoscut sau un necunoscut, pomenește-l cu aceeași rugăciune.

Este bine să ne aducem aminte mai întâi de adormiții care au mai multă nevoie, apoi de toți cei care au mai puțină nevoie, iar la sfârșit de cei cunoscuți. Eu, deși niciodată nu mă gândesc la părinții mei, dacă se întâmplă să fiu obosit sau nu am vreme să fac rugăciune în general pentru cei adormiți, îi văd în somn pe părinți. Și aceasta pentru că, atunci când mă rog pentru cei adormiți în general, se folosesc și ei și se bucură, în timp ce atunci când nu mă rog, sunt lipsiți de această mângâiere. Dacă sărmanii adormiți se folosesc din neînsemnatele rugăciuni pe care le facem, atunci ar trebui ca pe noi, călugării, să ne jupoaie și să ne săreze de vii dacă nu ne rugăm pentru ei.

Cei adormiți au nevoie de rugăciune

– Gheronda, când e slujbă în biserică, eu mă rog mai mult pentru mine. Chiar și atunci când se citește: *„Fericiți cei fără prihană în cale”*[25], care este pentru

[25] *Psalmul* 118.

cei adormiți, de multe ori continui rugăciunea pentru mine însămi.

– Ce, vrei totul numai pentru tine? Cei adormiți au nevoie de rugăciunea noastră, pentru că ei nu mai pot face nimic, în timp ce noi putem să-i ajutăm în vreun fel.

În Sfântul Munte era un mirean pe nume Ioan, care umbla peste tot și întreba: „Ai vreo treabă de făcut? Ce treabă vrei să-ți fac?". Era atât de bun, încât Părinții îi spuneau să se facă monah. Acela însă le răspundea: „Nu, nu! Numai să vă rugați pentru mine, pentru că nu vă puteți închipui ce om rău am fost, ce am făcut în război". Într-o zi, când m-a ajutat să fac un proschinitar, mi-a spus: „Să te rogi pentru mine, pentru că sunt foarte păcătos". De atunci n-am mai știut nimic de el. După o vreme, a venit un părinte și mi-a spus: „Bătrânul Ioan a adormit. Mi s-a arătat de două ori și m-a trimis să-ți spun să-l pomenești la cei adormiți". Ce se întâmplase? Bătrânul Ioan a mers la o mănăstire și-i ajuta pe monahi. Înainte de a muri i-a spus ieromonahului care avea grijă de cimitir: „Frate, sunt foarte păcătos. Te rog ca în fiecare zi să-mi faci un *«Trisaghion»* la mormânt". Și într-adevăr, în fiecare sâmbătă ieromonahul mergea la mormântul lui Ioan și îi făcea *„Trisaghion"*. Însă după puțină vreme ieromonahul a primit ascultare la arhondaric. Uneori își aducea aminte să facă „Trisaghion", alteori nu. Într-o noapte i s-a arătat bătrânul Ioan în somn și i-a spus: „Te rog să nu mă uiți. Iar dacă nu-mi poți face *„Trisaghion"*, atunci mergi la Părintele Paisie și spune-i că am murit, căci, deși își aduce aminte de mine în fiecare zi, el însă mă pomenește la vii, ca să mă pocăiesc. Eu acum nu mai pot să mă pocăiesc".

Cei adormiți au mai multă nevoie de rugăciune decât cei vii, deoarece pentru cei vii există nădejdea pocăinței. Iar Dumnezeu vrea să existe oameni care să-L roage să-i ajute pe cei adormiți, de vreme ce încă nu s-a făcut Judecata din urmă. În război un soldat grav rănit i-a cerut unui preot apă, însă acela nu i-a dat. L-a trecut cu vederea, deși avea în bidonul său puțină apă. După o vreme rănitul a murit, iar preotul, de îndată ce a conștientizat greșeala sa, nu-și mai găsea liniștea. Îl pomenea continuu. A venit și la Coliba mea și mi-a spus durerea sa. Sărmanul, avea multă jertfire de sine, dar nu-și dădea seama cum de a putut face aceasta. A îngăduit Dumnezeu, adică a luat puțin Harul de la el, căci cel rănit avea mare nevoie de rugăciune. Dacă preotul i-ar fi dat apă, l-ar fi uitat, în timp ce acum, mustrându-l conștiința, se roagă neîncetat pentru el.

Ușurarea celor adormiți

– Gheronda, care este ajutorul pe care îl primesc cei adormiți prin rugăciunea noastră?

– Să-ți dau un exemplu. Dacă într-o zi m-ai găsi în beci și i-ai spune Stareței: „Ce păcat! Nu este mai bine să-l punem sus la etaj, astfel încât să vadă soarele câtă vreme va mai trăi?", ce zici, nu ar face Stareța aceasta?

– Sigur ar face-o, Gheronda.

– Ei, așadar, dacă Stareța ar face aceasta, cu atât mai mult nu va dărui Dumnezeu celor adormiți ușurarea pe care o cerem de la El? Nu-i va muta într-o temniță mai bună sau chiar într-un apartament?

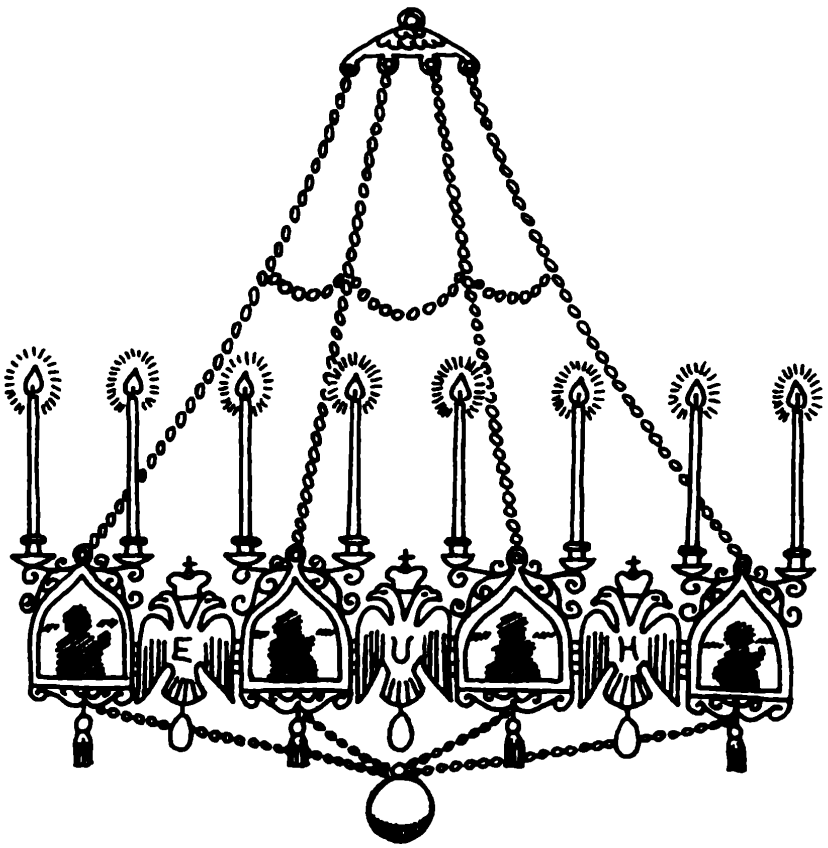
Când eram tânăr, am cunoscut o bătrână care, spre deosebire de fiica ei care era foarte milostivă, ea era foarte zgârcită. Numai cu mine nu se zgârcea, pentru

că mă iubea mult. La trei ani după moartea ei – nu se făcuse încă dezgroparea osemintelor ei –, în timp ce rosteam Rugăciunea lui Iisus, mi s-a întâmplat ceva ciudat. Nu știu ce a fost, dar la un moment dat am auzit cum m-a strigat un tânăr să mergem s-o vedem pe bătrână, pentru că mă chema. M-a luat și m-a dus la mormântul ei. A ridicat placa de pe mormânt și am văzut-o pe bătrână, care îndată a început să strige: „Călugăre, mântuiește-mă! Călugăre, mântuiește-mă!". Era pe jumătate descompusă și răspândea un miros de nesuportat. M-a durut atât de mult pentru ea, încât am îmbrățișat-o strâns, cu durere, și am sărutat-o. Cu toate că mirosea foarte urât, nu am voit să mă despart de ea, câtă vreme ea nu mă depărta. M-a mișcat foarte mult această întâmplare. Când există dragoste adevărată cu durere, nu te îngrețoșezi nici de trupurile putrezite, nici de mirosul urât. Deși mă scârbesc lăuntric atunci când văd o femeie lumească împodobită și parfumată, totuși de această femeie nu-mi venea să mă despart, cu tot mirosul urât pe care-l scotea. În viața duhovnicească se petrec lucruri ciudate. Dumnezeu a rânduit s-o văd în această stare, pentru că avea nevoie de multă rugăciune. Apoi am făcut rugăciune pentru acest suflet. La două luni de la această întâmplare, iată că într-o noapte mă văd într-o prăpastie care avea forma unei pâlnii. Din nefericire acolo se aflau mulți oameni cu chipurile urâte, negre, care se chinuiau înfricoșător. Mai sus am văzut-o pe bătrână, șezând pe un nor alb. Părea că este departe, însă era aproape de mine. Era ca un copil, având trăsăturile chipului ei, iar alături se afla un Înger – cred că Îngerul ei păzitor –, care îi freca fața și i-o curăța. Avea un chip plăcut. Am îmbrățișat-o. Am simțit multă bucurie, ceva deosebit.

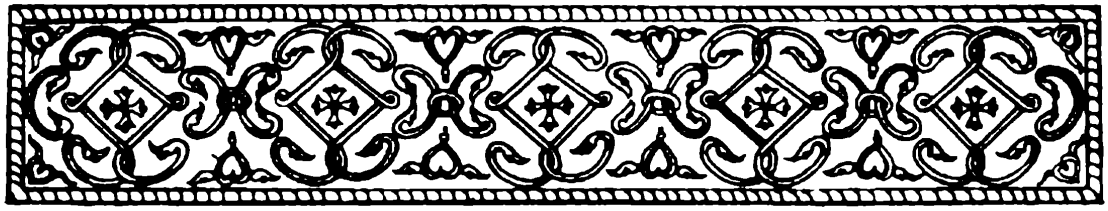
Cei adormiți sunt inculpați; sunt robiți. Uneori, când îmi aduc aminte de un cântec patriotic, îl spun alegoric pentru cei adormiți:

„Libertate, liberează-mi trupul neputincios,
libertate, dăruiește-mi un glas melodios.
Dă-mi flacără în inima mea, pe care au ofilit-o durerile,
ca să-ți cânt bucuria mea ca priveghetoarea primăverii.
Cântarea să răsune adânc în pământul oropsit,
puțin balsam să se verse în sufletul celui robit".

Acest cântec îl spun și pentru mine. Oare, nu și pe mine m-au ofilit durerile[26]? Rob sunt în această viață. Iar atunci când spun *„pământul oropsit"*, care se referă la creștinii de sub stăpânirea turcească, mă gândesc la cei adormiți care sunt robiți și-L rog pe Mult-Milostivul Dumnezeu să verse *„puțin balsam"* în sufletele lor.



[26] S-a spus în decembrie 1993.



CAPITOLUL 4

Pentru diavol, Psaltirea este precum trăsnetul

Psalmii lui David sunt insuflați de Dumnezeu

– Gheronda, mă minunez cum de copiii înțeleg Psaltirea și vor să o citească.

– Psaltirea odihnește oamenii de toate vârstele. Desigur, pe copii îi poate odihni mai mult decât pe mine sau pe tine. Psaltirea este insuflată de Dumnezeu, este scrisă cu dumnezeiasca luminare, de aceea are noime atât de puternice și de adânci. Poți să-i aduni pe toți teologii și filologii, dar nu vor fi în stare să facă nici măcar un psalm cu astfel de noime. Iar dacă să zicem că ar face ceva, atunci ar fi ca o floare de hârtie. David era fără carte, dar cu câtă profunzime a scris! Se vede limpede că l-a povățuit Duhul lui Dumnezeu.

– Gheronda, nu apuc să citesc Psaltirea.

– E bine să rânduiești puțină vreme să o citești în timpul zilei. Și dacă nu ai multă vreme, e bine să

citești măcar o jumătate de Catismă[27] și să iei aminte la noime, decât s-o citești în întregime și să te grăbești. Iar apoi să ai mereu în minte aceste noime. Psaltirea este rugăciune.

Unii se smintesc de Proorocul David și spun că în anumiți psalmi blesteamă. Atunci când David spune: *„Lipsească păcătoșii și cei fărădelege de pe pământ, ca să nu mai fie"*[28], nu vrea să zică să fie nimiciți păcătoșii, ci să se pocăiască și să nu mai fie păcătoși pe pământ.

Eu, când citesc Psaltirea, simt multă bucurie. Ea este plină de proorocii, plină de mângâiere. Când te afli într-o stare rea, dacă citești Psaltirea, simți ușurare, slobozire, siguranța că Dumnezeu te va ajuta. *„Mântuirea drepților de la Domnul, și apărătorul lor este în vreme de necaz"*[29].

Rugăciunea cu „cazurile" Sfântului Arsenie[30]

– Gheronda, cum ați început să vă rugați cu Psaltirea folosind „cazurile" Sfântului Arsenie?

– Sfântul Arsenie, deoarece nu avea în Molitfelnic rugăciunile corespunzătoare pentru toate cazurile în care oamenii îi cereau ajutor, folosea și Psalmii. A scris într-un caiet împrejurarea pentru care folosea fiecare psalm. Când acest caiet a ajuns în mâinile mele, am început să citesc Psaltirea, făcând rugăciune pentru situația în care se citea fiecare psalm. Îmi spune gân-

---

[27] Psaltirea este împărțită în douăzeci de unități, care se numesc catisme.

[28] *Psalmul* 103, 35.

[29] *Psalmul* 36, 39.

[30] Vezi Anexa, p. 237.

dul că în rugăciunea cu Psaltirea mult ajută și Sfântul Arsenie.

– Gheronda, Sfântul Arsenie mijlocește mai mult la Dumnezeu, deoarece vede că ne rugăm în felul în care se ruga și el?

– Da, desigur. Am în vedere niște împrejurări.

– Gheronda, cum să citesc Psalmii și să mă rog pentru o anumită problemă?

– Tu cum îi citești?

– Eu citesc mai întâi împrejurarea și după aceea Psalmul.

– Nu! La început trebuie să faci o bună expunere. Sfântul Arsenie era Sfânt și pentru el era suficient să citească numai Psalmul. Noi să nu spunem la început un *„Miluiește-mă, Dumnezeule"*[31]? Și, după ce citim Psalmul, să nu rostim Doxologia? Să nu facem și câteva metanii? Așadar, mai întâi să spui Psalmul 50 și să ceri cu smerenie mila lui Dumnezeu. Apoi să spui troparul: *„Sub milostivirea ta scăpăm, Născătoare de Dumnezeu"* și troparul Sfântului Arsenie, ca să invoci milostivirea Maicii Domnului și a Sfântului. Apoi să citești împrejurarea pentru care se rostește Psalmul și în continuare Psalmul. La sfârșit să spui: *„Slavă... Și acum...", „Aliluia, Aliluia, Aliluia, slavă Ție, Dumnezeule"* de trei ori, iar la sfârșit Doxologia ca mulțumire lui Hristos și *„Cuvine-se cu adevărat"*, ca mulțumire Maicii Domnului. Să faci și metanii câte poți.

– Gheronda, uneori mă străduiesc să aflu dacă Psalmul are legătură cu împrejurarea pentru care îl folosea Sfântul.

– Împrejurările au mai multă sau mai puțină legătură cu noima Psalmului. Însă pe Sfântul Arsenie îl interesa mai mult să se roage, iar nu dacă conținutul

[31] *Psalmul* 50.

Psalmului avea vreo legătură cu împrejurarea pentru care se ruga.

– Gheronda, pot să citesc la început mai multe situații și după aceea să citesc și Psalmii care se rostesc pentru situațiile respective?

– Dacă citești mai multe împrejurări deodată, le vei uita. Mai bine să citești fiecare împrejurare înainte de Psalm, pentru a-ți mișca inima. Atunci când se roagă cineva pentru o anumită problemă, aceasta ajută mai mult la rugăciunea făcută din inimă.

– Gheronda, la slujbă îmi vine greu să urmăresc Psaltirea[32].

– Poți vedea la chilie care sunt situațiile care corespund Psalmilor care se vor citi la slujba bisericii, iar când auzi Psalmii, să te rogi pentru ele. Iar dacă în biserică nu-ți aduci aminte situațiile, atunci să spui *„Dumnezeul meu, ajută în situația la care se referă Psalmul”*, iar apoi să rostești *„Doamne Iisuse”*.

Să ne rugăm și pentru alte situații

– Gheronda, când merg la chilie, după ascultare, de obicei fac rugăciune pentru diferite împrejurări. Oare mă va ajuta să citesc și unii Psalmi care se rostesc pentru împrejurări asemănătoare?

– Dacă vrei, încearcă! Te va ajuta. Mai întâi să citești împrejurarea pentru care se rostește Psalmul, apoi să faci rugăciune pentru împrejurarea concretă și după aceea să citești Psalmul. Psaltirea ajută mult la rugăciunea inimii. Tu singură îți vei da seama mai

[32] Potrivit Tipicului Bisericii, la Vecernie se citește o catismă a Psaltirii, iar la Utrenie două catisme. Astfel într-o săptămână se citește o Psaltire întreagă.

târziu. Eu, după ce citesc cazul respectiv, fac rugăciunea inimii și nu menționez numai un caz, ci multe. Adică, pornind de la „cazurile" Sfântului Arsenie mă rog și pentru alte cazuri. Și pe toate le abordez și duhovnicește și material. La Psalmul 1, pe care Sfântul Arsenie îl citea pentru rodirea pomilor sau a viței-de-vie ce se plantau, eu mai întâi spun: „Tot ceea ce se plantează, să se prindă". Apoi mă rog și pentru fiecare început. Și spun: „Copilașii care se nasc, să fie binecuvântați, să facă pricopseală. Orice cuvânt duhovnicesc care se seamănă și orice lucru duhovnicesc care se începe, să rodească". La Psalmul 105, care este pentru luminarea dumnezeiască, mă rog și pentru cei orbi. La Psalmul 122, care este pentru cei orbi, mă rog și pentru ca Dumnezeu să lumineze toată lumea. Fiecare, pornind de la cazul pe care îl menționează Sfântul Arsenie, poate afla și alte cazuri și să se roage. Și tu, dacă vrei să începi o lucrare duhovnicească, să iei Psaltirea la rând și toate „cazurile" Sfântului Arsenie să le tâlcuiești și duhovnicește și să te rogi cu inima. Pornind de la un caz al Sfântului Arsenie, poți să-mi spui și pentru ce altceva te-ai ruga?

– Cu ceva vreme mai înainte, Gheronda, am avut probleme cu urechile și am citit Psalmul 95, pe care Sfântul Arsenie îl citea ca Dumnezeu să dea auzire surzilor. Mă rugam și pentru toți surzii, dar și pentru copii, ca să-i asculte pe părinții lor, precum și pentru ucenici, ca să facă ascultare.

– Vezi, deoarece ai trecut prin această situație și ai suferit, lesne ai putut să te gândești și la ceilalți care suferă. Să te străduiești să te doară pentru toată lumea, chiar dacă tu nu treci prin stările grele prin care trec oamenii. Și astfel, încet-încet, te va durea pentru toți oamenii de pretutindeni și vei face pentru ei

rugăciune din inimă. Te va durea inima și din durere va țâșni rugăciunea.

– Gheronda, se scurge mult timp atunci când citesc cazul pentru care se rostește un Psalm și încerc să mă gândesc și la alte cazuri asemănătoare.

– Nu este nevoie să te gândești să găsești un caz nou, căci aceste cazuri se ivesc dintr-o dată în inimă, într-o clipeală de ochi. În situația aceasta eu sunt avantajat pentru că am în vedere durerea lumii, starea în care se află ea, și de aceea mă doare. De fiecare dată, potrivit cu situațiile, găsesc altele noi. De la cazul unui Psalm mă duc la o persoană cunoscută și apoi la toți cei necunoscuți care au aceeași problemă. Dar nici voi să nu trăiți cu indiferență, ci să vă gândiți cât de mult suferă lumea, ca să vă rugați din inimă. Totul este ca inima să lucreze.

Rugăciunea cu Psaltirea

Astăzi este trebuință de multă rugăciune. Singura rezolvare este rugăciunea; altfel nu se poate. În tot cazul, Psaltirea ajută foarte mult. Pentru diavol, Psaltirea este precum trăsnetul. Câtă mângâiere aflu în citirea Psaltirii! Am împărțit-o în trei părți[33]. În fiecare zi citesc câte o parte. În trei zile o termin, după care o iau iarăși de la început. Mai întâi citesc situația pentru care se rostește Psalmul și fac Rugăciunea inimii pentru această situație și pentru toți cei care suferă trupește și sufletește. Apoi citesc Psalmul. La sfârșitul fiecărui Psalm spun: *„Dumnezeule, odihnește pe ador-*

[33] Prima parte de la Psalmul 1 până la Psalmul 54. Partea a doua de la Psalmul 55 până la Psalmul 100. Iar partea a treia de la Psalmul 101 până la Psalmul 150.

miții robii Tăi". Eu socotesc că acest timp, de un ceas și jumătate, în care citesc Psaltirea este cel mai eficient ajutor acordat lumii. Iarna trecută, când am suferit mult din pricina herniei, am citit-o în picioare. Din ochi îmi curgeau lacrimi din pricina durerilor nesuferite. Cu o mână îmi țineam hernia, iar cu cealaltă țineam Psaltirea. Îl loveam pe diavolul cu tunul. Ziua îl loveam cu Psaltirea, iar noaptea cu Rugăciunea. A turbat diavolul. Acest chin cu hernia a fost o lovitură demonică. Dar și Dumnezeu a îngăduit-o, ca să vadă ce voi face.

– Gheronda, îmi este greu să citesc Psaltirea în picioare, fără să mă sprijin de ceva.

– Pentru *„biserica Sfântului Duh"*[34] a fiecăreia voi face „sprijinitori"; vă voi face și rezemătoare. În capătul unui lemn prind în cuie o scândură orizontală în formă de T. Eu mă sprijin pe el și astfel citesc Psaltirea. Am o rezemătoare în chilie și una afară.

– Gheronda, uneori, atunci când sunt obosită și citesc Psaltirea, deși din pricina oboselii nu înțeleg nimic, totuși mă silesc să stau în picioare, lucru care simt că mă ajută. Însă gândul îmi spune că această rugăciune nu are valoare.

– Poate că nu înțelegi ce citești, dar cu toate acestea să știi că are valoare, pentru că, deși ești obosită, te silești pe tine și stai în picioare înaintea lui Hristos. Să nu uiți că și osteneala este cuprinsă în rugăciune.

---

[34] Starețul se referă la trup, care este *„biserică a Sfântului Duh"* (Vezi *I Corinteni* 6, 19).